

SINOJAR

ESTATE

(il menu potrebbe subire variazioni nel corso del mese)

Pranzi

1	IT	BOCCONCINI DI MAIALE ALLA SALVIA CON CAVOLFIORI ARROSTITI AL FORNO.	35% Carne di maiale (CH), 55% cavolfiore (IT), Salvia, Cipolla, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti	Vedi data sul coperchio
2	IT	PEPERONI RIPIENI DI MANZO E MAIALE CON VERDURE DI STAGIONE.	15% Carne di maiale (CH), 20% Carne di manzo (CH), 30% Peperoni (IT), 30% Verdura di stagione, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti	Vedi data sul coperchio
3	IT	BUGER DI POLLO ALLA PIASTRA CON FAGIOLINI E CIPOLLA ARROSTITA.	35% Carne di pollo, (CH), 30% Fagiolini (IT), 30% Cipolla (CH), Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
4	IT	ARROSTO DI MANZO CON ZUCCHINE SPADELLATE AL PROFUMO D'AGLIO.	35% Carne di manzo (CH), 55% zucchine (CH), 2% erbe aromatiche (CH), Aglio, Basilico, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
5	IT	CONIGLIO AL FORNO CON ERBE AROMATICHE CON SCORZA DI LIMONE, MELANZANE E PORRI.	35% Carne di coniglio (HU), 35% melanzane (IT), 25% porro (CH), Erbe aromatiche, Cipolla, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Solfiti	Vedi data sul coperchio
6	IT	SUPREMA DI POLLO ERBETTE, CIPOLLA E FUNGHI CHAMPIGNON.	35% Carne di pollo, (origine: FR), 20% funghi champignon, (origine: CH), 20% erbetto (origine: CH), cipolle, Erbe aromatiche, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
7	IT	INVOLTINO DI TACCHINO E MAIALE ALLE ERBE AROMATICHE CON MELANZANE AL FORNO E PEPERONI AL FORNO.	15% Carne di tacchino (HU), 20% Carne di maiale (CH), 30% Melanzane (CH), 30% Peperoni (CH), Menta, Erbe aromatiche, Aglio, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Solfiti	Vedi data sul coperchio
8	IT	POLPETTINE DI TACCHINO E MAIALE CON VERDURE DI STAGIONE AL FORNO.	15% Carne di tacchino (HU), 20% Carne di maiale (CH), 60% verdura mista (CH), Aglio, Vino Bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti	Vedi data sul coperchio
9	IT	FILETTO DI PERSICO CON CREMA DI FINOCCHI E SEDANO RAPA ARROSTO.	35% Pesce Persico, 25% Finocchi (IT), 35% Sedano rapa (IT), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, pepe.	Allergeni: Pesce a gelo	Vedi data sul coperchio
10	IT	SALMONE AL VAPORE CON ERBA CIPOLLINA, CREMA DI COSTE E FINOCCHI AL FORNO.	35% Filetto di Pesce fresco, Salmone/Salo salar, (origine: N, Allevato), 20% coste, (CH), 40% finocchi, (CH), erba cipollina, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: pesce fresco	Vedi data sul coperchio
11	IT	INSALATA DI MARE CON CAVOLFIORI, PREZZEMOLO E SCORZA DI LIMONE.	10% pesce congelato, gambero/Pandalus borealis, (origine: pesca a traino, Argentina), 10% cozze/Modiola barbata (origine: allevamento, IT), 15% Filetto di Pesce fresco, Branzino/Dicentrarchus labrax, (origine: GR, Allevato), 30% cavolfiori, (origine: CH), 2% limone, (origine: CH), Cipolla, Prezzemolo, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: pesce, crostacei, molluschi, solfiti	Vedi data sul coperchio
12	IT	FILETTO DI ORATA SCOTTATA SU ZUPPETTA DI FUNGHI CHAMPIGNON E CICORIA SALTATA.	35% Filetto di pesce fresco, Orata/ Sparus aurata (origine: GRECIA, allevata), 25% Funghi champignon (CH), 35% Cicoria (IT), Prezzemolo, Cipolla, Olio extravergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce fresco	Vedi data sul coperchio
13	IT	INVOLTINO DI MERLUZZO CON ZUCCHINA AL FORNO E CAVOLO CAPPUCCIO SALTATO.	35% Filetto di Pesce fresco, merluzzo/Gadus morhua, (origine: FAO 027 pesca a traino), 50% cavolo cappuccio, (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce fresco	Vedi data sul coperchio
14	IT	FILETTO DI TROTA SALMONATA, CON CREMA DI BROCCOLI E ZUCCHINE TRIFOLATE.	35% pesce, trota salmonata/onorhynchus mykiss (origine: allevato, IT), 25% broccoli, (CH), 30% zucchine, (CH), prezzemolo, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: pesce fresco	Vedi data sul coperchio
15	IT	GAMBERI SALTATI AL PROFUMO DI LIMONE CON BROCCOLI AL VAPORE.	30% pesce congelato, gambero/Pandalus borealis, (origine: pesca a traino, Argentina), 60% broccoli, (CH), Limone, Vino bianco, Aglio, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Crostacei, solfiti.	Vedi data sul coperchio

Conservazione: in frigorifero a 4° gradi circa
 Modalità di cottura (rigenerazione):
 - Microonde 700watt: **PRANZI** 2 minuti e mezzo - **CENE** 50 secondi
 - Forno a vapore 100gradi: **PRANZI** 10-12 minuti - **CENE** 5 minuti
 - Bagnomaria: **PRANZI** 12 minuti - **CENE** 5 minuti

SINOJAR ESTATE

(il menu potrebbe subire variazioni nel corso del mese)

Cene

16	IT	CAVOLFIORI ARROSTITI AL FORNO.	95% cavolfiore, (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
17	IT	CAVOLO CAPPUCCIO SALTATO E FAGIOLINI AL VAPORE.	55% cavolo cappuccio, (CH), 25% fagiolini, (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
18	IT	FAGIOLINI E CIPOLLA ARROSTITA.	30% Fagiolini (CH), 40% Cipolla, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
19	IT	CAVOLFIORI AL VAPORE CON SALSIA AL PREZZEMOLO E SCORZA DI LIMONE	90% cavolfiore (CH), 5% prezzemolo (CH), 2% limone, Aceto di vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti	Vedi data sul coperchio
20	IT	ZUPPETTA DI FUNGHI CHAMPIGNON E CICORIA SALTATA.	45% funghi champignon (CH), 45% Cicoria (IT), Prezzemolo, Cipolla, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
21	IT	VERDURE DI STAGIONE AL FORNO.	95% verdura mista (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
22	IT	ERBETTE E FUNGHI CHAMPIGNON.	30% funghi champignon (CH), 20% cipolle (CH), 20% erbetto (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
23	IT	BROCCOLI AL VAPORE CON OLIO AL LIMONE.	90% broccoli (CH), Limone, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
24	IT	MELANZANE E PEPERONI AL FORNO.	45% melanzane (CH), 45% Peperoni (CH), menta, aglio, vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti	Vedi data sul coperchio
25	IT	FINOCCHI AL FORNO E CREMA DI COSTE.	30% coste (CH), 60% finocchi, (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
26	IT	PEPERONI E CREMA DI CIPOLLA.	50% Peperoni (CH), 40% Cipolla (CH), Prezzemolo, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
27	IT	CREMA DI FINOCCHI E SEDANO RAPA AL FORNO.	45% Finocchi (CH), 45% Sedano rapa (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
28	IT	MELANZANE E PORRI AL FORNO CON SCORZA DI LIMONE.	45% melanzane (CH), 45% porri (CH), scorza di limone, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
29	IT	ZUCCHINE SPADELLATE AL PROFUMO D'AGLIO CON BASILICO	90% Zucchine (CH), 2% aglio (CH), Basilico, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
30	IT	CREMA DI BROCCOLI E ZUCCHINE TRIFOLATE.	45% broccoli (CH), 45% zucchine (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio

Conservazione: in frigorifero a 4° gradi circa
 Modalità di cottura (rigenerazione):
 - Microonde 700watt: PRANZI 2 minuti e mezzo - CENE 50 secondi
 - Forno a vapore 100gradi: PRANZI 10-12 minuti - CENE 5 minuti
 - Bagnomaria: PRANZI 12 minuti - CENE 5 minuti